18.005 Hrachová kaša s krúpami
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
hrach suchý	3,00	3,00	4,00	4,00	5,00	5,00	6,00	6,00
krúpy jačmenné	0,50	0,50	1,00	1,00	1,00	1,00	1,50	1,50
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,18	0,18
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,60	0,60	0,80	0,80
múka hladká	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
mlieko	4,00	4,00	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00
cesnak	0,05	0,04	0,10	0,09	0,10	0,09	0,20	0,18
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
majorán	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
hmotnosť porcie v g	130		170		210		250	

Receptúra

Výrobný postup

Hrach preberieme, umyjeme a uvaríme. Krúpy preberieme, umyjeme a dáme variť. Keď sú takmer mäkké, pridáme hrach a spolu varíme. Z oleja a múky pripravíme ružovú zápražku, ktorú zalejeme mliekom, rozmiešame a vlejeme do uvareného hrachu s krúpami, dochutíme cesnakom rozotretým so soľou, majoránom, čiernym korením a povaríme. Nakoniec zjemníme maslom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	953	229	10,57	5,1	1,8	31,8	5,7	72,8	2,1	0,01	0,2	0,1	0,8	1,2
B	1315	316	14,13	7,6	3,1	43,1	7,5	105,5	2,8	0,02	0,3	0,2	1,1	1,6
C	1539	369	16,84	8,9	3,7	50,1	9,0	123,7	3,3	0,02	0,3	0,2	1,3	1,9
D	1884	452	20,10	11,3	4,9	61,1	10,8	144,1	4,0	0,02	0,4	0,3	1,6	2,3